

**МЕНЮ****12 и старше****ДЕНЬ 6****10.12.2024**

| Наименование блюда                      | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                                         | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                                 |           |          |                   |         |             |                                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                       | 75        |          | 5,1               | 4,2     | 11,5        | 104,4                            |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>МАННОЙ КРУПЫ | 275       |          | 7,9               | 14,1    | 41,6        | 323,5                            |
| КАКАО С МОЛОКОМ                         | 200       |          | 3,8               | 3,0     | 24,5        | 140,2                            |
|                                         |           |          | 19,2              | 23,5    | 83,3        | 620,1                            |
| Обед                                    |           |          |                   |         |             |                                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ<br>ГОРОШКОМ   | 100       |          | 1,8               | 4,1     | 10,9        | 87,7                             |
| ЩИ                                      | 250       |          | 9,0               | 8,9     | 5,6         | 138,4                            |
| ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ<br>СОУСЕ       | 100       |          | 13,5              | 12,6    | 9,3         | 230,6                            |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С<br>ОВОЩАМИ          | 180       |          | 6,1               | 5,9     | 44,4        | 258,5                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20        |          | 1,3               | 0,2     | 8,5         | 40,8                             |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                        | 200       |          | 0,1               | 0,1     | 26,4        | 108,0                            |
|                                         |           |          | 33,4              | 32,7    | 115,5       | 921,4                            |
| Полдник                                 |           |          |                   |         |             |                                  |
| ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА                       | 135       |          | 9,0               | 10,4    | 6,2         | 156,2                            |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ<br>РАФИНИРОВАННОЕ    | 5,9       | 5,9      | 0                 | 5,7     | 0           | 51,4                             |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                        | 20        |          | 1,4               | 1,6     | 10,9        | 64,0                             |
| СОК ВИШНЕВЫЙ                            | 200       |          | 1,4               | 0,4     | 22,1        | 98,9                             |
| СОК ВИШНЕВЫЙ                            | 200       | 200      | 1,4               | 0,4     | 22,1        | 98,9                             |
|                                         |           |          | 11,8              | 12,4    | 39,2        | 319,1                            |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                          |           |          | 64,4              | 68,6    | 238,0       | 1 860,6                          |